

# Ensalada Asitica con Arroz Integral y Aderezo de Jengibre y Ajonjol

**Makes:** 6 Servings

## Ingredients

- 3/8 cup** repollo rallado
- 3/8 cup** repollo morado (col lombarda) rallado
- 3/4 cup** zanahoria rallada
- 3/8 cup** pimienta roja sin semilla, picado
- 3 tablespoons** cebollines, cortados en rebanadas
- 3/8 cup** guisantes chinos, limpios y cortados por la mitad o tercios
- 3/8 cup** Aderezo Newman de jengibre y ajonjolí bajo en grasa
- 3/4 cup** lechuga romana, limpia y cortada en tamaño de bocado
- 1 1/2 cups** arroz integral
- 2 teaspoons** ajonjolí

## Directions

1. Mezcle los repollos, zanahorias, pimientos, cebollas y guisantes chinos en un tazón.
2. Revuelva las verduras en el aderezo para cubrir las uniformemente.
3. Añada el arroz y la lechuga a la mezcla de verduras justo antes de servir y mezcle bien.
4. Ponga la ensalada en una fuente de servicio.
5. Cúbrala con semillas de ajonjolí y sívala.



## Notes

Consejos para servir: Las verduras pueden ser marinadas en el aderezo la noche anterior, añadiéndole el arroz y la lechuga justo antes de servir.